



# 40. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2013

## Detalizēti rezultāti

**Prax, Jens**

Klubs: Kranichborn

Numurs: 977

Posms: 10.00 km

Wertungslauf um den Braugold-Pokal

Grupa:

Senioren M40 (40-49 Jahre)

Kopējais laiks: 47:20

Ātrums: 12.68 km/h

Skrējiena izpildījums: 4:44 min/km

Vieta distancē/Kopā: 231 (no 686)

Vieta distancē/Vīrieši: 212 (no 543)

Distances labākais laiks: 29:39

Vieta grupā: 70(no 178)

Grupas labākais laiks: 37:27

## Vidējie laiki

## Posma rezultāts

## Kopējais rezultāts

Kontrollpunkts	Posma rezultāts			Kopējais rezultāts										
	Posma km	Posma Laiks	Posma min/km	Vietāztrūkums grupā	Vietāztrūkums grupā	Vietāztrūkums Vīrieši	Vietāztrūkums Vīrieši	Kopā km	Kopā Laiks	Kopā min/km	Vietāztrūkums grupā	Vietāztrūkums grupā	Vietāztrūkums Vīrieši	Vietāztrūkums Vīrieši
Runde	2.00	10:19	5:09	95	3:08	302	4:17	2.00	10:19	5:09	80	2:20	177	4:17
Runde	2.00	9:17	4:38	74	1:57	208	3:20	4.00	19:36	4:54	79	2:20	207	7:37
Runde	2.00	9:20	4:40	70	1:45	199	3:25	6.00	28:56	4:49	78	6:50	175	11:02
Runde	2.00	9:24	4:42	69	1:39	188	3:29	8.00	38:20	4:47	77	8:29	205	14:31
Leichtathletikhalle	2.00	9:00	4:30	60	1:32	168	3:10	10.00	47:20	4:44	70	9:53	212	17:41